

श्री

श्रीमते रामानुजाय नमः



प्रातःस्मरणम्

प्रातः काल ब्रह्ममुहूर्तमा (सूर्योदय हुनुभन्दा २ घण्टा अघि) उठेर श्रीमन्नारायणको ध्यान गर्दै श्रीहरिः शरणम् ३ श्रीहरिर्हरिः, श्रीहरिर्हरिः, श्रीहरिर्हरिः ३ पटक या ७ पटक उच्चारण गरिसकेपछि दुबै हातलाई हेर्दै निम्नलिखित श्लोक उच्चारण गर्नुपर्दछ ।

करावलोकन मन्त्र

कराग्रे वसते लक्ष्मीः करमध्ये सरस्वती ।

करमूले तु गोविन्दः प्रभाते करदर्शनम् ॥

हातको अग्रभागमा लक्ष्मीजीको वास हुन्छ, हातको मध्यभागमा सरस्वती र हातको मूल- (मणिवन्ध) मा भगवान् गोविन्दको निवास हुने गर्दछ । अतः प्रभातकालमा हातको दर्शन गर्दछ ॥ ओछ्यानबाट उठेर पृथिवीमा टेक्नुभन्दा अघि पृथिवी मातासँग क्षमा प्रार्थना गर्नुपर्दछ ।

भूमिस्पर्श मन्त्र

समुद्रवसने देवि पर्वतस्तनमण्डले ।

विष्णुपत्नि नमस्तुभ्यं पादस्पर्श क्षमस्व मे ॥१॥

हे देवी पृथिवी, हजुरले समुद्ररूपी वस्त्र लगाउनु भएको छ, पर्वतहरू तपाईंका स्तन मण्डल हुन्, विष्णु भगवान्की पत्नी हुन

❀ नमोऽस्तु प्रियदत्तायै तुभ्यं देवि ! वसुन्धरे ।

त्वं माता सर्वलोकानां पादस्पर्श क्षमस्व मे ॥२॥

भएकी हजुरले मेरो पाउको स्पर्शलाई क्षमा गर्नुहोस् । यसपछि दायाँ
पाउले पृथिवीमा स्पर्श गर्ने र लघु शङ्काआदिबाट निवृत्त भई शुचि
भई आचमन गरी शुद्ध आसनमा बसेर प्रातः स्मरण गर्नुपर्दछ । यसै
क्रममा पहिले परमार्थश्लोकलाई अर्थानुसन्धानपूर्वक पाठ गर्नुपर्दछ ।

(श्रीवात्स्यवरदगुरुभिरनुगृहीतम्)

अर्चिरादि-परमार्थश्लोकद्वयम्

सत्सङ्गाद्भवतिःस्पृहो गुरुमुखाच्छ्रीशं प्रपद्यात्मवान्

प्रारब्धं परिभुज्य कर्मसकलं प्रक्षीणकर्मन्तरः ॥

न्यासादेव निरङ्कुशेश्वरदया-निर्लूनमायान्वयो

हार्दानुग्रहलब्धमध्यधमनीद्वाराद्वहिर्निर्गतः ॥१॥

मुक्तोऽर्चिर्दिनपूर्वपक्षषडुदङ्मासाब्दवातांशुमद्-

ग्लौविद्युद्वरुणेन्द्रधातृमहितस्सीमान्तसिन्ध्वाप्लुतः ॥

श्रीवैकुण्ठमुपेत्य नित्यमजडं तस्मिन् परब्रह्मणः

सायुज्यं समवाप्य नन्दति समं तेनैव धन्यः पुमान् ॥२॥

फलश्रुतिः- प्रातर्नित्यानुसन्धेयं परमार्थं मुमुक्षुभिः ।

श्लोकद्वयेन संक्षिप्तं सुव्यक्तं वरदोऽब्रवीत् ॥

सत्सङ्गद्वारा संसारबाट वैराग्य प्राप्त हुन्छ र ज्ञान र अनुष्ठानले
परिपूर्ण सदाचार्यद्वारा जीवात्माले लक्ष्मीपति भगवान्को चरणारविन्दको
आश्रय लिन्छ र आत्मवान् बन्दछ, यसपछि पनि प्रारब्ध कर्मलाई
राम्रोसँग भोगेर अरू सम्पूर्ण कर्महरू (सञ्चित र क्रियमाण) भगवत्
शरणागति गर्ने वित्तिकै नाश हुन्छन् र मायाको सम्बन्ध छुट्ने
जान्छ, तत्पश्चात् समाश्रित श्रीवैष्णवको देहान्त हुने बेलामा
हृदयनिवासी अन्तर्यामी (हार्द) परमात्माको अनुग्रहद्वारा सुषुम्ना नाई
हुँदै ब्रह्मरन्ध्र भेदन गरी शरीरदेखि बाहिर जीवात्मा निस्कन्छ

“ओंकाररथमारुह्य” भने अनुसार भगवान् ले ॐकाररूपी रथमा चढाई अर्चि (अग्नि) दिन, शुक्लपक्ष, उत्तरायण, मास (महिना) र वर्षका अभिमानी देवलोक हुँदै वायुलोक, सूर्यलोक, चन्द्रलोक, विद्युल्लोक, वरुणलोक, इन्द्रलोक, ब्रह्मलोकहरूमा गई ब्रह्माजीद्वारा पनि पूजित बनी ब्रह्माण्ड अर्थात् प्रकृतिमण्डलको सीमाको अन्तिममा अमृतवाहिनी विरजानदीमा स्नान गरी दिव्यरूप प्राप्त भई नित्य अविनाशी दिव्य श्रीवैकुण्ठधाममा पुगी परब्रह्म परमात्मा श्रीमन्नारायण प्रभुको सायुज्य मोक्ष प्राप्त गरेर भगवान्सँगै आनन्द अनुभव गर्दै सदा रमाइरहन्छ । यसरी भगवत्सायुज्य मोक्ष पाएर नै जीवात्मा धन्य बन्दछ ।

वाक्यगुरुपरम्परा

अस्मद्गुरुभ्यो नमः । अस्मत्परमगुरुभ्यो नमः । अस्मत् सर्वगुरुभ्यो नमः । श्रीमते रामानुजाय नमः । श्रीपराङ्मुखादासाय नमः । श्रीमद्यामुनमुनये नमः । श्रीराममिश्राय नमः । श्रीपुण्डरीकाक्षाय नमः । श्रीमन्नाथमुनये नमः । श्रीमते शठकोपाय नमः । श्रीमते विष्वक्सेनाय नमः । श्रियै नमः । श्रीधराय नमः ।

श्लोकत्रयम् (श्रीनारायण वन्दना)

प्रातःस्मरामि भवभीतिमहार्तिशान्त्यै

नारायणं गरुडवाहनमब्जनाभम् ।

ग्राहाभिभूतमदवारणमुक्तिहेतुं

चक्रायुधं तरुणवारिजपत्रनेत्रम् ॥१॥

प्रातर्नमामि मनसा वचसा च मूर्ध्ना

पादारविन्दयुगलं परमस्य पुंसः ।

नारायणस्य नरकार्णवतारणस्य

पारायण-प्रवण-विप्र-परायणस्य ॥२॥

प्रातर्भजामि भजतामभयङ्करन्तं

प्राक्सर्वजन्मकृत-पाप-भयापनुत्यै ।

यो ग्राहवक्त्र-पतिताङ्घ्रि-गजेन्द्रघोर-

शोकप्रणाशमकरोद्धृत-शङ्खचक्रः ॥३॥

- फलश्रुतिः

श्लोकत्रयमिदं पुण्यं प्रातरुत्थाय यः पठेत् ।

लोकत्रयगुरुस्तस्मै दद्यादात्मपदं हरिः ॥

श्रीरामचन्द्र वन्दना

प्रातर्नमामि रघुनाथ-पदारविन्दम्

वज्राङ्कुशादि-शुभरेखिसुखावहं मे ।

योगीन्द्रमानस-मधुव्रत-सेव्यमानं

शापापहं सपदि गौतमधर्मपत्न्याः ॥१॥

प्रातः स्मरामि रघुनाथकरारविन्दं

रक्षोगणाय भयदं वरदं निजेभ्यः ।

यद्राजसंसदि विभज्यमहेशचापं

सीताकरग्रहणमङ्गलमाप सद्यः ॥२॥

प्रातः स्मरामि रघुनाथ-मुखारविन्दम् ।

मन्दस्मितं मधुरभाषि-विशालभालम् ।

कर्णाविलम्बि-कचकुण्डलशोभिगण्डम्

कर्णान्तिदीर्घनयनं नयनाभिरामम् ॥३॥

प्रातः श्रये श्रुतिनुतां रघुनाथमूर्तिम् ।

नीलाम्बुदोत्पल-सितेतर-रत्ननीलाम् ।

आमुक्तमौक्तिक-विशेषविभूषणाढ्यां

ध्येयां समस्तमुनिभिर्जनमुक्तिहेतुम् ॥४॥

प्रातः स्मरामि मनसा रघुनाथनाम

वाग्दोषहारि सकलं शमलं निहन्ति

यत्पार्वती स्वपतिना सह मोक्षकामा

प्रीत्या सहस्रहरिनामसमं जजाप ॥५॥

गजेन्द्रमोक्ष (दुःस्वप्ननाशनस्तुति)

ग्राहग्रस्ते गजेन्द्रे रुवति सरभसं ताक्ष्यमारुह्य धावन्

व्याघूर्णन् माल्यभूषा-वसनपरिकरो मेघगम्भीरघोषः ।

आबिभ्राणो रथाङ्गं शरमसिमभयं शङ्खचापौ सखेटौ

हस्तैः कौमोदकीमप्यवतु हरिरसावंहसां संहतेर्नः ॥१॥

नक्राक्रान्ते करीन्द्रे मुकुलितनयने मूलमूलेति खिन्ने

नाहं नाहं न चाहं न च भवति पुनस्तादृशो मादृशेषु ॥

इत्येवं त्यक्तहस्ते सपदि सुरगणो भावशून्ये समस्ते

मूलं यत्प्रादुरासीत् स दिशतु भगवान् मङ्गलं सन्ततं नः ॥२॥

(श्रीवात्स्यवरदगुरुभिरनुगृहीतम्)

(परत्वादिपञ्चकम्)

भगवान्को पाँचस्वरूपको वन्दना

परवासुदेवस्तुति

उद्यद्भानुसहस्र-भास्वरपरव्योमास्पदं निर्मल-

ज्ञानानन्द-घनस्वरूपममल-ज्ञानादिभिण्ण्डुगुणैः ।

जुष्टं सूरिजनाधिपं धृतरथाङ्गाब्जं सुभूषोज्ज्वलं

श्रीभूसेव्यमनन्त-भोगिनिलयं श्रीवासुदेवं भजे ॥१॥

व्यूह वासुदेवस्तुति

आमोदे भुवने प्रमोद उत सम्मोदे च सङ्कर्षणम्
प्रद्युम्नश्च तथाऽनिरुद्ध इति तं सृष्टिस्थिती चाप्ययम्
कुर्वाणानतिमुख्य-षड्गुणवरैर्युक्तं त्रियुगमात्मकै -
व्यूहाधिष्ठित-वासुदेवमपि तं क्षीराब्धिनाथं भजे ॥२॥

विभवस्तुति

वेदान्वेषण-मन्दराद्रिधरण-क्ष्मोद्धारण-स्वाश्रित
प्रह्लादावन-भूमिभिक्षण-जगद्विक्रान्तयो यत्क्रियाः ॥
दुष्टक्षत्रनिवर्हणं दशमुखाद्युन्मूलनं कर्षणं
कालिन्द्या अतिपाप-कंसनिधनं यत्क्रीडितं तन्नुमः ॥३॥

अन्तर्यामीस्तुति

यो देवादिचतुर्विधेषु जनिषु ब्रह्माण्डकोषान्तरे
सम्भक्तेषु चराचरेषु निवसन्नास्ते सदान्तर्बहिः ॥
विष्णुं तं निखिलेष्वणुष्वणुतरम्भूयस्सु भूयस्तरं
स्वाङ्गुष्ठप्रमितं च योगिहृदयेष्वासीनमीशं भजे ॥४॥

अर्चावतार स्तुति

श्रीरङ्गस्थलवेङ्कटाद्रिकरिगिर्यादौ शतेऽष्टोत्तरे
स्थानेग्राम-निकेतनेषु च सदा सान्निध्यमासेदुषे ॥
अर्चारूपिणमर्चकाभिमततस्स्वीकुर्वते विग्रहम्
पूजां चाखिल-वाञ्छितं वितनुते श्रीशाय तस्मै नमः ॥५॥
श्रीवैकुण्ठ-निकेतनं श्रियमथोवत्सेदधानं परं
आमोदादि-चतुर्षु व्यूहमखिलाधारं जगत्कारणम् ॥
भक्ताभीष्टफलप्रदन्तदितरे दण्डप्रदं वैभवम्
अन्तर्व्याप्य नियामकं च सुलभन्त्वर्चावतारं भजे ॥६॥

फलश्रुतिः- प्रातर्विष्णोः परत्वादि-पञ्चकं स्तुतिमुत्तमाम् ।

पठन् प्राप्नोति परमां भक्तिं वरवनिर्मिताम् ॥

॥ इति परत्वादिपञ्चकम् समाप्तम् ॥

श्रीहयग्रीव वन्दना

ज्ञानानन्वमयं देवं निर्मलस्फटिकाकृतिम् ।

आधारं सर्वविद्यानां हयग्रीवमुपास्महे ॥

वेद-वेदान्तवेद्याय वेदाहरणकर्मणे ।

मनीषाधीश-देवाय महाश्वशिरसे नमः ॥

प्राची सन्ध्या काचिदन्तर्निशायाः

प्रज्ञादृष्टेरञ्जनश्रीरपूर्वा ।

वक्त्री वेदान् भातु मे वाजिवक्त्रा

वागीशाख्या वासुदेवस्य मूर्तिः ॥

विशुद्ध-विज्ञानघनस्वरूपं, विज्ञानविश्राणन-बद्धदीक्षम् ।

दयानिधिं देहभृतां शरण्यं, देवं हयग्रीवमहं प्रपद्ये ॥

श्रीरामस्तुति

आपदामपहर्तारं, दातारं सर्वसम्पदाम् ।

लोकाभिरामं श्रीरामं, भूयो भूयो नमाम्यहम् ॥

आपत्तिहरूलाई विनाशगर्ने, सबै प्रकारका सम्पत्तिहरूलाई प्रदान गर्नुहुने लोकमा अति सुन्दर हुनुभएका श्रीरामलाई बारम्बार नमस्कार गर्दछु ।

आर्तानामार्तिहन्तारम्भीतानां भीतिनाशनम् ।

द्विषतां कालदण्डन्तं रामचन्द्रं नमाम्यहम् ॥

दुःखीहरूको दुःख हरण गर्ने, डराइरहेकाहरूको डर भगाउने, द्वेष गर्नेहरूका लागि कालदण्ड (मृत्युदण्ड) बनेका रामचन्द्रलाई म नमन गर्दछु ।

मर्जने मयदीनानामर्जनं सुखसम्पदाम् ।
तर्जने मयदीनानां राम-रामेतिमर्जनम् ॥
श्रीरामनामकी मर्जनाले संसारकी विजलाई मर्जन का ले
गर्ने एवं सुख सम्पत्तिहस्ताई आर्जन गर्ने र मयदीनहस्ताई
बनाउने (सर्वाउने) काम गर्दछ ।

यात्रा गर्ने बेलाभा भन्ने प्रार्थना -
अग्रतः पृष्ठतश्चैव, पार्श्वतश्च महाबली ।
आकर्ण-पूर्णधन्वानी, रक्षेतां रामलक्ष्मणौ ॥
सन्नद्धः कवची खड्गी, चापबाणधरो युवा ।
गच्छन् ममाग्रतो नित्यं, रामः पातु सलक्ष्मणः ॥
अगाडितिर पछाडि र पार्श्व या दायाँ-बायाँ दुवैतिर कान्छ
धनु तान्ने भएका महाबलशाली राम-लक्ष्मण दुवैले रक्षा गर्नुहोस्
जुन राम र लक्ष्मण धनुष-बाण कवच र खड्ग धारणगरी लक्ष्मण
रहनु भएका युवावस्थाका हुनुहुन्छ, उहाँहरू दुवैले यात्रा सम्पन्न
मेरो अधिल्लिरबाट नित्य रक्षा गर्नुहोस् ।

श्रीमहालक्ष्मी वन्दना
लक्ष्मी क्षीरसमुद्रराजतनयां श्रीरहधामेश्वरीम्
दासीभूत-समस्तदेववनितां लोकैकदीपाङ्कुराम् ।
श्रीमन्मन्दकटाक्ष-लब्ध-विभव-ब्रह्मेन्द्रगङ्गाधरां
त्वां त्रैलोक्यकुटुम्बिनीं सरसिजां वन्दे मुकुन्दप्रियाम् ॥१॥
वन्दे पद्मकरां प्रसन्नवदनां सौभाग्यदाम्भाग्यदां
हस्ताभ्यामभयप्रदां मणिगणै-नानाविधैर्भूषिताम्
भक्ताभीष्टफलप्रदां हरिहरब्रह्मादिभिस्सेविताम्
पार्श्वे पङ्कज-शङ्ख पद्मनिधिभिर्युक्तां सदा शक्तिभिः ॥२॥

मातर्नमामि कमले कमलायताक्षि

श्रीविष्णुहृत्-कमलवासिनि विश्वमातः ।

क्षीरोदजे कमलकोमल-गर्भगौरि

लक्ष्मि प्रसीद सततं नमतां शरण्ये ॥३॥

उल्लासपल्लवित-पालित सप्तलोकी-

निर्वाहकोरकित नेम कटाक्षलीलाम् ।

श्रीरङ्गहर्म्यतलमङ्गलदीपरेखां

श्रीरङ्गराजमहिषीं श्रियमाश्रयामः ॥४॥

पञ्चायुधस्तोत्रम्

स्फुरत्सहस्रार-शिखातितीव्रं

सुदर्शनं भास्करकोटितुल्यम् ।

सुरद्विषां प्राणविनाशि विष्णो-

श्चक्रं सदाऽहं शरणं प्रपद्ये ॥५॥

विष्णोर्मुखोत्थानिल-पूरितस्य

यस्य ध्वनिर्दानवदर्पहन्ता ।

तं पाञ्चजन्यं शशिकोटिशुभ्रं

शङ्खं सदाऽहं शरणं प्रपद्ये ॥६॥

हिरण्मयीं मेरुसमानसारां

कौमोदकीं दैत्यकुलैकहन्त्रीम् ।

वैकुण्ठवामाग्रकराभिमृष्टां

गदां सदाऽहं शरणं प्रपद्ये ॥७॥

रक्षोऽसुराणां कठिनोग्रकण्ठ-

च्छेद-क्षरच्छोणितदिग्धधारम् ।

तन्नन्दकं नाम हरेः प्रदीप्तं

खड्गं सदाऽहं शरणं प्रपद्ये ॥८॥

यज्ज्यानिनाव-धवणात्सुराणां

चेतांसि निर्मुक्तभयानि सद्यः ।

भवन्ति वैत्याशनिबाणवर्षी

शार्ङ्गं सदाऽहं शरणं प्रपद्ये ॥५॥

इमं हरेः पञ्चमहायुधानां,

स्तवं पठेद्योऽनुदिनं प्रभाते ।

समस्तदुःखानि भयानि सद्यः,

पापानि नश्यन्ति सुखानि सन्ति ॥६॥

वने रणो शत्रुजलाग्निमध्ये,

यदृच्छयापत्सु महाभयेषु ।

इदं पठन् स्तोत्रमनाकुलात्मा,

सुखीभवेत्तत् कृतसर्वरक्षः ॥७॥

भोगे रोगभयं सुखे क्षयभयं वित्ते च राज्ञो भयं

विद्यायां कलिभीस्तपे करणभी रूपाद्भयं योषिति ।

इष्टे शोकभयं रणो रिपुभयं काये कृतान्ताद्भयं,

चेत्थं जन्म निरर्थकं क्षितितले विष्णोः पदं निर्भयम् ॥८॥

सशङ्खचक्रं सगदासि-शार्ङ्गम्

पीताम्बरं कौस्तुभवत्सचिह्नम् ।

श्रिया समेतोज्ज्वलशोभिताङ्गं

विष्णुं सदाऽहं शरणं प्रपद्ये ॥९॥

जले रक्षतु वाराहः, स्थले रक्षतु वामनः ।

अटव्यां नारसिंहश्च सर्वतः पातु केशवः ॥१०॥

जलमा वराह भगवान्ले रक्षा गर्नुहोस्, स्थलमा वामनले, जङ्गलमा

नरसिंह भगवान्ले र सबैतिर केशव भगवान्ले रक्षा गर्नुहोस् ।

श्रीहर्यष्टकस्तुतिः

हरिर्हरति पापानि दुष्टचित्तैरपि स्मृतः ।

अनिच्छयापि संस्पृष्टो दहत्येव हि पावकः ॥१॥

स गङ्गा स गया सेतुः स काशी स च पुष्करम् ।

जिह्वाग्रे वर्तते यस्य हरिरित्यक्षरद्वयम् ॥२॥

वाराणस्यां कुरुक्षेत्रे नैमिषारण्य एव च ।

यत्कृतं तेन येनोक्तं हरिरित्यक्षरद्वयम् ॥३॥

पृथिव्यां यानि तीर्थानि पुण्यान्यायतनानि च ।

तानि सर्वाण्यशेषाणि हरिरित्यक्षरद्वयम् ॥४॥

गवां कोटिसहस्राणि हेमकन्यासहस्रकम् ।

दत्तं स्यात्तेन येनोक्तं हरिरित्यक्षरद्वयम् ॥५॥

ऋग्वेदोऽथ यजुर्वेदः सामवेदोऽप्यथर्वणः ।

अधीतस्तेन येनोक्तं हरिरित्यक्षरद्वयम् ॥६॥

अश्वमेधैर्महायज्ञैर्नरमेधैस्तथैव च ।

इष्टं स्यात्तेन येनोक्तं हरिरित्यक्षरद्वयम् ॥७॥

प्राणप्रयाणपाथेयं संसारव्याधिनाशनम् ।

दुःखात्यन्तपरित्राणं हरिरित्यक्षरद्वयम् ॥८॥

बद्धः परिकरस्तेन मोक्षाय गमनं प्रति ।

सकृदुच्चरितं येन हरिरित्यक्षरद्वयम् ॥९॥

- फलश्रुति :

हर्यष्टकमिदं पुण्यं प्रातरुत्थाय यः पठेत् ।

आयुष्यं बलमारोग्यं यशोवृद्धिशिश्नयावहम् ॥

प्रह्लादेन कृतं स्तोत्रं दुःखसागरशोषणम् ।

यः पठेत् स नरो याति तद्विष्णोः परमं पदम् ॥

श्रीकृष्णाष्टकस्तुतिः

वसुदेवसुतं देवं, कंसचाणूरमर्दनम् ।

देवकीपरमानन्दं, कृष्णं वन्दे जगद्गुरुम् ॥१॥

अतसीपुष्प-सङ्काशं, हारनूपुरशोभितम् ।

रत्नकङ्कणकैयूरं, कृष्णं वन्दे जगद्गुरुम् ॥२॥

कुटिलालकसंयुक्तं, पूर्णचन्द्रनिभाननम् ।

विलसत्कुण्डलधरं, कृष्णं वन्दे जगद्गुरुम् ॥३॥

मन्दारगन्धसंयुक्तं, चारुहासं चतुर्भुजम् ।

वर्हि-पिच्छावचूडाङ्गं, कृष्णं वन्दे जगद्गुरुम् ॥४॥

उत्फुल्ल-पद्मपत्राक्षन्नील-जीमूतसन्निभम् ।

यादवानां शिरोरत्नं, कृष्णं वन्दे जगद्गुरुम् ॥५॥

रुक्मिणी-केलिसंयुक्तं, पीताम्बरसुशोभितम् ।

अवाप्त-तुलसीगन्धं, कृष्णं वन्दे जगद्गुरुम् ॥६॥

श्रीवत्साङ्गं महोरस्कं, वनमालाविभूषितम् ।

शङ्खचक्रधरन्देवं, कृष्णं वन्दे जगद्गुरुम् ॥७॥

गोपिकानां कुचद्वन्द्वकुङ्कुमाङ्कितवक्षसम् ।

श्रीनिकेतं महेशवासं, कृष्णं वन्दे जगद्गुरुम् ॥८॥

कृष्णाष्टकमिदं पुण्यं प्रातरुत्थाय यः पठेत् ।

कोटिजन्मकृतं पापं स्मरणेन विनश्यति ॥

सत्सङ्गति

ईक्षण-ध्यान-संस्पर्शैर्मत्स्य-कर्म-विहङ्गमाः ।

पोषयन्ति स्वकान् वत्सान् यथा सन्तस्तथाश्रितान् ।

जस्ता प्रकारले आफ्ना सन्तानलाई माछाले निरन्तर हेरेर रक्षा गर्छन्, कछुवाले चाहि ध्यान वा स्मरण गरेर, पक्षी (चरा) हरूले पखेटाद्वारा सुन्दर स्पर्श, गरिरहेर आफ्ना बालकलाई पालन-पोषण गर्दछन्, त्यस्तै प्रकारले साधुसन्तहरूले पनि आफ्ना आश्रित जीवात्माहरूलाई रक्षा गर्दछन् ।

अर्थपञ्चक ज्ञान

प्राप्यस्य ब्रह्मणो रूपं, प्राप्तुश्च प्रत्यगात्मनः ।

प्राप्त्युपायं फलं प्राप्तेस्तथा प्राप्तिविरोधि च ॥

वदन्ति सकला वेदाः, सेतिहास-पुराणकाः ।

मुनयश्च महात्मानो, वेद-वेदान्तपारगाः ॥

-(हारीतस्मृति)

चारै वेदहरू, रामायण, महाभारत एवं सम्पूर्ण पुराणहरू र महात्मा मुनिहरू वेद र वेदान्तमा पारङ्गत भएका ज्ञानीहरू प्राप्य ब्रह्मको स्वरूप या परस्वरूप १, प्राप्त गर्ने जीवात्माको स्वरूप (स्वस्वरूप-२) प्राप्तिको उपाय वा उपायस्वरूप ३, प्राप्त हुन नदिने विरोधि स्वरूप-४, फल अर्थात् पुरुषार्थ स्वरूप ५ यी पाँच अर्थहरू अर्थपञ्चकलाई बताउने गर्दछन् ।

सनातन धर्म

ये च वेदविदो विप्रा, ये चाध्यात्मविदो जनाः ।

ते वदन्ति महात्मानं, कृष्णं धर्मं सनातनम् ॥

जो वेद जान्ने विप्र (ब्राह्मण) हरू छन्, अध्यात्मविद् जानीहरू छन्, ती सबैले महात्मा श्रीकृष्ण भगवान्लाई सनातन धर्म भन्ने बताउँछन् ।

वनमाली गदी शार्ङ्गी, शङ्खी चक्री च नन्दकी ।

श्रीमान् नारायणो विष्णुर्वासुदेवोऽभिरक्षतु ॥

वनमालाधारी, शङ्ख, चक्र, गदा, एवं नन्दक नामको खड्ग धारण गर्नुहुने श्रीमन्नारायण, विष्णु, वासुदेव भगवान्ले चारैतिर रक्षा गर्नुहोस् ।

श्रीवरवरमुनिध्यान

अपगत-मदमानैरन्तिमोपायनिष्ठै-

रधिगत-परमार्थैरर्थकामानपेक्षैः ।

निखिलजनसुहृद्भिर्निर्जितक्रोधलोभै-

वरवरमुनिभृत्यैरस्तु मे नित्ययोगः ॥

श्रीरामानुजाचार्यस्वामीको ध्यान

न चेद्रामानुजेत्येषा, चतुरा चतुरक्षरी ।

कामवस्थां प्रपद्यन्ते, जन्तवो हन्त मादृशाः (मादृशः) ॥

पुण्याम्भोजविकासाय, पापध्वान्तक्षयाय च ।

श्रीमानाविरभूद्भूमौ, रामानुजदिवाकरः ॥

यदि रामानुज भन्ने चतुर चार अक्षरहरू नभएको भए हामीजस्ता जीवात्माहरूले कुन अवस्था प्राप्त गर्ने थियौं ? दुर्दशा भोग्ने थियौं होला । शेषावतार श्रीरामानुजस्वामीजी पुण्यरूपी कमललाई फकाउन र पापरूपी अन्धकार विनाश गर्नका निमित्त यस भूमण्डलमा सूर्यका रूपमा अवतीर्ण हुनुभयो ।

एतानि तानि भुवनत्रय-पावनानि

संसाररोग-शकलीकरणौषधानि ।

जिह्वातले मम लिखानि यथा शिलायां

रामानुजेति चतुराण्यमृताक्षराणि ॥

तृणीकृतविरञ्च्यादि निरङ्कुश-विभूतयः ।

रामानुज-पदाम्भोज-समाश्रयणशालिनः ॥

वैकुण्ठप्राप्तिको अभिलाषा

कदा मायापारे विशद-विरजापारसरसि

परे श्रीवैकुण्ठे परमरुचिरे हेमनगरे ।

महाहर्म्ये रम्ये वरमणिमये मण्डपवरे

समासीनं शेषे तव परिचरेयं चरणयोः ॥

म कैहले विरजापार पुगिकन प्रभुका चरणमा

थपक्कै शिर् राखी सुखसित वसौला शरणमा ।

भनौला मन्का वात गदगद भई प्रेमरसले

गरौला कैङ्कर्य सकलविधिले दिव्यपुरीमा ।

प्रातर्निवेदन कारिका (वैराग्यचिन्तनम्)

अहो मे महती याता, निष्फला-जन्मसन्ततिः ।

अनाराधित-गोविन्द, -चरणाम्भोरुहद्वयी ॥

किङ्कुरिष्यामि पदयो, निपतिष्यामि कस्य वा ।

दुस्तरां दुर्दशामेतां, कथयिष्यामि कस्य वा ॥

सात्त्विकी धृति (पञ्चकालकी व्याख्या)

इत ऊर्ध्वमहं तावद्यावज्जीवं श्रियः श्रियः ।

पादयोरर्चनङ्कृतं, यतमानः समाहितः ॥

अभिगच्छन् हरिं प्रातः, पश्चाद्द्रव्याणि चार्जयन् ।
 अर्चयँश्च ततो देवं, ततो मन्त्राञ्जपन्तपि ॥
 ध्यायन्तपि परं देवं, कालेषूक्तेषु पञ्चषु ।
 वर्तमानः सदा चैवं, पाञ्चकालिकवर्त्मना ॥
 स्वार्जितैर्गन्धधूपाद्यैः, शुभैः शक्त्यनुरूपतः ।

आराधयन् हरिं भक्त्या, गमयिष्यामि वासरान् ॥
 अहो ! मेरा सयौं जन्महरू भगवान् गोविन्दका दुई
 चरणाविन्दको आराधना-अर्चना विना निष्फल भई त्यसै बितेछन्
 अब के गरूँ कसको पाउमा परूँ, यो तरिनसक्नु दुर्दशा कसलाई
 बताऊँ होला ।

अब यसपछि अगाडिको जीवनमा भने लक्ष्मीपति परमात्माको
 पाउको अर्चन-वन्दन गर्न प्रयत्न गर्नेछु, साथै एकाग्रतापूर्वक भगवत्सेवा
 गर्नेछु । श्रीवैष्णवलाई "पञ्चकालपरायणः" भने अनुसार भगवत्सेवामा
 अभिमुख हुँदै ध्यान, मन्त्रजप गर्दै पञ्चकर्ममा सर्वदा रहेर आफूले न्यायपूर्वक
 आर्जन गरेको (कमाएको) धनद्वारा चन्दन, धूप, नैवेद्यहरूले शक्ति अनुसार
 भक्तिपूर्वक भगवान् हरिको पूजा गर्दै दिन बिताउने छु ।

पञ्चकालको व्याख्या संक्षेपमा यस प्रकार गर्न सकिन्छ :-

१. अभिगमन :-

विहान स्नान सन्ध्या वन्दनादिबाट निवृत्त भएर भगवत्सेवाका
 लागि भगवान्को नजिकमा पुग्नुलाई अभिगमन भनिन्छ । यो पहिलो
 कर्म हो ।

२. उपादान :-

भगवत्सेवाका निमित्त पुष्प, चन्दन, नैवेद्यादिलाई तैयारगरी
 भगवद्-भागवत सेवार्थ उद्योगपूर्वक सामग्री बटुल्नुलाई अर्थ सञ्चय

गर्नु साथै वस्तुहरू तयार गर्नुलाई उपादान भनिन्छ । यो द्वितीय कर्म हो ।

३. इज्या :-

इज्याको अर्थ यज्ञ हो, भगवान्का निमित्त सुन्दर भोग सामग्रीहरू बनाई भोग लगाएर भक्त-भागवत, दीन-दुःखीहरूलाई वितरण गर्नुका साथै आफूले पनि भगवत्प्रसाद स्वीकार गर्नु इज्या हो । यसलाई तृतीयकाल मानिन्छ ।

४. स्वाध्याय :-

वेदोपनिषद्, इतिहास, पुराणहरूको अभ्यासगर्नु, भगवान्, भागवत (श्रीवैष्णव) र आचार्यहरूका चरित्र श्रवण गर्नु, प्रवचन गर्नु, अनुशीलन गर्नु र परिपक्व अवधारणा बनाई समय व्यतीत गर्नुलाई स्वाध्याय भनिन्छ । यो पञ्चकालमध्ये चतुर्थ हो ।

५. योग :-

'शयने पद्मनाभं च' भने अनुसार सुत्ने बेलामा पद्मनाभ भगवान्को चिन्तन गर्दै नीद न आउँदासम्म द्वयमन्त्रको अनुसन्धान गर्नु र भगवान्कै काखमा सुतेको अनुभव गर्दै सुत्नुलाई योग भनिन्छ । यो पञ्चम काल हो ।

मङ्गलस्तुति:

मङ्गलं भगवान् विष्णुर्मङ्गलं गरुडध्वजः ।

मङ्गलं पुण्डरीकाक्षः, मङ्गलायतनो हरिः ॥

मङ्गलं लक्ष्मणभ्राता, मङ्गलं जानकीवरः ।

मङ्गलं सुन्दरो रामो, मङ्गलं हनुमत्प्रियः ॥

मङ्गलं परमानन्दो, मङ्गलं परमेश्वरः ।

मङ्गलं श्रीपद्मनाभो, मङ्गलं पद्मलोचनः ॥
 मङ्गलं करुणासिन्धुर्मङ्गलं विश्वपालकः ।
 मङ्गलं सच्चिदानन्दो, मङ्गलं जगदीश्वरः ।
 मङ्गलं श्रीरङ्गनाथो, मङ्गलं पुरुषोत्तमः ।
 मङ्गलं कमलाकान्तो, मङ्गलं भक्तवत्सलः ॥
 मङ्गलं कमलानन्दो, मङ्गलं कमलालयः ।
 मङ्गलं भगवान् कृष्णो, मङ्गलं विश्वजीवनः ॥
 मङ्गलं माधवो धीरो, मङ्गलं धरणीधरः ।
 मङ्गलं देवकीपुत्रो, मङ्गलं पुष्टिवर्धनः ॥
 मङ्गलं मथुरानाथो, मङ्गलं ब्रजनायकः (१ः) ।
 मङ्गलं रुक्मिणीनाथो, मङ्गलं सुमतिप्रियः ॥
 मङ्गलं गोकुलाधीशो, मङ्गलं देवकीसुतः ।
 मङ्गलं लोकसारङ्गो, मङ्गलं धर्मवर्धनः ॥
 मङ्गलं सर्वशास्त्रज्ञो, मङ्गलं साधुवल्लभः ।
 मङ्गलं श्रीहयग्रीवो, मङ्गलं श्रीनृकेशरी ॥
 इदं स्तोत्रं महद्विभ्यं, महामङ्गलकारकम् ।
 व्यासेन कथितं पूर्वं, महापातकनाशनम् ॥
 यः पठेत् प्रातरुत्थाय, स्नानकालेऽथवा नरः ।
 स मुक्तोऽमङ्गलैर्नित्यं, विष्णुलोकं च गच्छति ॥

सात्त्विक त्याग

भगवान्नारायण एव स्वनियाम्य-स्थिति-प्रवृत्तिः स्वशेषं
 करसेनानेनात्मना कर्त्रा स्वकीयैश्चोपकरणैः स्वाराधनैकप्रयोजनाय